

# UPPTÄCK NATUREN I STOCKHOLMS LÄN

## 27 MAJ – 17 JUNI 2018

[www.utinaturen.nu](http://www.utinaturen.nu)

SÖNDAG 27 MAJ

### En vildvuxen engelsk park

I Rydboholms engelska park sjunger näktergalen ikapp med svarthätta och lövsångare.

Här finns bokskogar såväl som alträsk, och när vitsipporna blommat färdigt tar krolliljorna över.

Vandra i sällskap med Anna Petri i kungars fotspår från Östra Ryds medeltida kyrka, längs med Kyrkviken och förbi Rydboholms slott, till parken som sjuder av liv men som även döljer en och annan hemlighet från gångna tider.

Samling kl. 11.15 vid busshpl Östra Ryds kyrka (buss 670 från Östra Station kl 10.50).

Ca 7 km, 3,5 timmar

### TORSDAG 31 MAJ BARNVAGN Små drakar och mossor

I Judarns naturreservat finns Dolgtrazer, mycket små drakar och så här års förstås också vårblommor och fågelsång.

Anders Tranberg leder turen förbi Åkes slott ut i den trolska miljön kring flyttblock och de Geer moräner. Här finns dessutom naturmaterial till bljör och till sårvård, offerplatser till älvor och en mängd annat nyttigt. Samling kl 10.00 vid Åkeshovs slott (T-bana Åkeshov).

Ca 4 km, 3 timmar

### FREDAG 1 & LÖRDAG 2 JUNI Swedish Nature and Stockholm Royal National City Park

For English speaking students, researchers and tourists etc a walking tour guided by Robert O'Dwyer in the National City Park – Nationalstadsparken. Start at metrostation Universitetet:

Friday 1 June at 15.00

Saturday 2 June at 11.00

About 4 km, 2 hours

**OBS!!! Hjälp oss genom att tipsa dina engelska vänner!!!**

SÖNDAG 3 JUNI

### Fysingen - forntid och fåglar

En morgontidig vandring till Fysingen, en av Stockholms finaste fågellokal som också har historiskt intressanta omgivningar med fornlämningar ända från järnåldern.

Bosse Björnsäter guidar från Åshusby gravfält och den märkliga konungagraven Nordians hög till Fysingens fågeltorn. Samling kl 9.00 busshållplats Åshusby gård (buss 577\* från Märsta station kl 8.41). Avslut Rosersbergs pendelstågsstation.

Ca 4 km, 3 timmar

SÖNDAG 10 JUNI

...är alla naturguider upptagna på annat håll tyvärr men naturen finns ju i allafall...

MÅNDAG 11 JUNI

### Nattsångare Sandemar

Följ med Malin Löfgren på en försommarpromenad till Sandemars lundar och strandängar.

Sandemars naturreservat är en av Stockholmstraktens bästa lokaler för rosenfink och här kan man också höra näktergal och många andra fåglar sjunga intensivt i maj och juni. Och från fågeltornet har man god överblick över de betade strandängarna där olika vadare och ånder trivs.

Samling kl 18.10 på naturreservatets parkering (busshållplats Svärdsnäsviken, buss 869\* från Gullmarsplan kl 17.35 kommer fram kl 18.07).

Ca 3 km, 3 timmar  
Ingen avgift

National  
stads  
park

Vi är en  
del av Kungliga  
nationalstadsparken

- lättgången tur i lugnt tempo
- ◆ terränggående, snabbare tur
- ◆ mer krävande tur

TORSDAG 14 JUNI

### Hela kroppen i naturen

Stress och stillasittande är förödande för vårt välmående. Lösningen finns närmare än du tror. Några minuter i närmsta natur kan hålla dig stark i både kropp och sinne.

Bosse Rosén, som förutom naturguide också är sjukgymnast, lär dig göra din egen hälsostig i tre enkla steg. Samling kl 18.00 vid Gammelström, Tyresta (närmare beskrivning får du när du anmäler dig). Föranmälan krävs:

[goo.gl/w8jjD4](http://goo.gl/w8jjD4)

Ca 2 km, 2 timmar

SÖNDAG 17 JUNI

### Vilda blommornas dag i Sandemar

Denna dag firas med blomstervandring runt om i hela Norden. Sandemar är inte bara en fin fågellokal, här finns också en rik flora med bland annat flera arter orkidéer.

Följ med Sofia Wikström och Maria Bergström på vandring genom Sandemars blommande lundar och strandängar.

Samling kl 10.35 på naturreservatets parkering (buss 839\* fr Haninge centrum kl 10.11 till busshpl Svärdsnäsviken).

Ta gärna med en flora.

Ca 3 km, 3½ timmar  
Ingen avgift



## Storstockholms naturguider

[www.utinaturen.nu](http://www.utinaturen.nu)



Naturskyddsföreningen  
Stockholms län

Att delta kostar (om inte annat anges) 100 kr, 80 kr för medlem i Naturskyddsföreningen och under 18 år fritt. Swishkonto: 123 115 22 22

Våra guider är universitetsutbildade biogeovetare, biologer eller motsvarande, och auktoriserade av Stockholm Visitors Board (Visit Stockholm).

Vandringarna genomförs i alla väder, ingen föranmälan behövs.

Ta med matsäck/fika för turena över 2 timmar och tänk på att ha ordentligt varma kläder om det är minusgrader.

\*) Kan ändras. Kontrollera tiden med SLs trafikinformation: <http://sl.se/>

Kontaktperson:  
Maria Bergström  
070-638 0712  
mejl: maria.bergstrom@naturskyddsforeningen.se

Nu aktuella guidningar genomförs i samarbete med Stockholms kommun, Haninge och Tyresta kommuner, Tyresta nationalpark, Länsstyrelsen i Stockholms län och Studieförbundet.

Studieförbundet



Länsstyrelsen  
Stockholm

Fler tips och aktuell information på:

[www.utinaturen.nu](http://www.utinaturen.nu)

Foto: Maria Bergström  
Illustration Wiki commons